

Что в поведении ребенка должно насторожить

- Резкое снижение успеваемости, проявление безразличия к учебе и оценкам.
- Подавленное настроение, пониженный эмоциональный фон, раздражительность, которое сохраняется длительное время.
- Резкое изменение поведения (стал неряшливым, не хочет разговаривать с близкими ему людьми, начал раздаривать дорогие ему вещи, теряет интерес к тому, что раньше любил заниматься, отдаляется от друзей).
- Наличие примера суицида в ближайшем окружении, а также среди значимых взрослых или сверстников.
- Ребенок прямо или косвенно говорит о желании умереть или убить себя или о нежелании продолжать жизнь. (разговоры о нежелании жить – попытка привлечь внимание взрослого к себе и своим проблемам. Бытует миф, что если человек говорит об этом, то значит, этого не сделает. ЭТО НЕ ТАК! Отчаявшийся подросток, на которого не обращают внимания, вполне может довести свое намерение до конца)
- Рискованное поведение, в котором высока вероятность причинения вреда своей жизни и здоровью.



КАК УБЕРЕЧЬ РЕБЕНКА ОТ РОКОВОГО ШАГА?

ГБОУ ПО
ПАВЛОВСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ
КОЛЛЕДЖ



РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ



Калинина Алена Павловна

Тел.: 8-911-354-18-31, кабинет 38

Уважаемые родители!

Задумайтесь, часто ли Вы улыбаетесь
своему ребенку, говорите с ним о его
делах, искренне интересуетесь его
делами в колледже,
взаимоотношениями с друзьями,
одноклассниками.....



За любое суицидальное поведение
ребенка – в ответе мы - взрослые

Суицид у подростков является следствием невнимания к ним.

- Проанализируйте отношения с детьми.
 - Не жалейте любви на своих детей.
- Изучайте психологию возраста Вашего ребенка.
- Помните, что при наличии у подростка кризисных явлений, он всегда нуждается в участии взрослых.
- Учитывайте характер окружающей подростковой среды.

ВАЖНАЯ ИНФОРМАЦИЯ!!!

- Повод для суицида может быть с точки зрения взрослых пустяковый
- У детей недостаточно опыта переживания страдания, им кажется, что их ситуация исключительная, а душевная боль никогда не кончится.
- Дети не осознают факта необратимости смерти, им кажется, что оно смогут воспользоваться плодами своего поступка.
- Многие подростки считают суицид проявлением силы характера.
- Чаще всего дети совершают суицидальные попытки, чтобы изменить мир вокруг себя.
- Ребенку трудно просчитать ситуацию, поэтому часто демонстративные суициды часто заканчиваются смертью

1. Показывайте личный пример.

Будьте примером для подражания, следуйте тем же принципам, которым учите подростка. Так как процесс идентификации у подростка отчасти протекает в семье, те из них, кто гордится своими родителями, как правило, чувствует себя достаточно комфортно в окружающем мире. Старайтесь сами проявлять активность в общении. Побуждайте ребенка дома больше разговаривать.

2. Интересуйтесь жизнью ребенка и оказывайте ему поддержку.

Родительская поддержка порождает доверительные отношения между детьми и родителями и влечет за собой высокую самооценку подростков, способствует успехам в учебе и нравственному развитию. И наоборот, недостаточная родительская поддержка может привести к низкой самооценке подростка, плохой учебе, импульсивным поступкам, слабой социальной адаптации, неустойчивому и антиобщественному поведению.

3. Обсуждайте новости, информационные поводы.

Если Вы обсуждаете с ребенком новость о последствиях рискованного поведения, дайте ребенку понять, что его жизнь и здоровье ценны для Вас, а рисковать ими подобным образом не стоит.

4. Избегайте чрезмерного использования дисциплинарных мер по отношению к подростку.

Всегда лучше использовать поощрение желаемого поведения, чем наказание за нежелательное. Формируйте его уверенность в себе. Акцентируйте его внимание на его сильных сторонах, компенсируя этим его недостатки.

5. Спрашивайте мнение своего ребенка.

Формируйте его способность критически осмысливать информацию. Проводите семейные обсуждения интересных подростку тем.

6. Обсуждайте ценности вашей семьи.

Делитесь с ребёнком тем, что считаете важным в жизни и ценным в людях, транслируйте ему ценности личным примером и не принижайте ценности, которыми он от Вас отличается.

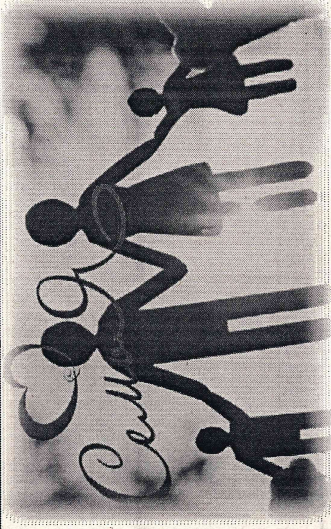
7. Признавайте ошибки перед ребенком.

Для подростка важно умение признавать совершенные ошибки, и нет ничего лучше личного примера в обучении этому. Помогайте ребенку исправить неправильный поступок. Разговаривайте с подростком в тоне уважения и сотрудничества.

ВАЖНО

8. Если Вас что-то беспокоит в поведении ребёнка, постарайтесь как можно скорее встретиться и обсудить это со специалистом (например, с психологом), но не акцентируйте постоянно внимание на имеющейся у ребенка проблеме.

Специалисты помогут Вам понять, насколько серьёзна проблема и дадут рекомендации по ее разрешению



КАК НЕ СОВЕРШИТЬ ОШИБОК В ВОСПИТАНИИ ПОДРОСТКОВ?

1.Ошибка: Долгие разлуки с ребенком без объяснения ему, что его любят, а разлука связана с определёнными обстоятельствами.

Совет по воспитанию: Ребенок воспримет отсутствие родителя менее тяжело, если будет знать, что его любят. Расставаясь с ребенком на долгое время, следует объяснить ему причины вашего отсутствия как до разлуки, так и после нее.

2.Ошибка: Эмоциональная холодность родителей.

Совет: Важно проявлять к ребенку искреннюю заботу, обнимать его, дарить ему эмоционально теплые моменты.

3.Ошибка: Игнорирование и обесценивание эмоций и желаний ребенка.

Совет: Если желание ребенка приходится отвергать, обязательно следует объяснить причины отказа аргументируя свое решение.

4.Ошибка: Оценивание подростка, сравнение его с другими

Совет: Ребенка не стоит сравнивать с другими детьми. Будет полезно укрепить в ребенке мысль что единственный человек, которого он должен превзойти – это он сам.

5.Ошибка: Слова о никчемности ребенка

Совет: Испытывать и проявлять уважение к каждому – особенно к своему ребенку – крайне важно для поддержания психического здоровья.

Если Вы испытываете негативные эмоции (даже, если подросток прямо явился причиной), следует уметь их выражать (например, посредством «Я-высказываний»). Это способствует воспитанию культуры на Вашем примере.



ГБОУ ПО ПСКОВСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ

УНИВЕРСАЛЬНЫЕ СОВЕТЫ
Родителям по воспитанию детей,
способные предотвратить развитие
рискованного поведения



Педагог-психолог

Калинина Алена Павловна

Тел.: 8-911-354-18-31, кабинет 38